



## PENGARUH TAPAS ACUPRESSURE TECHNIQUE TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI

Putu Mitha Eka Gayatri<sup>1</sup>, I Nengah Sumirta<sup>2</sup>, Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar  
Denpasar, Indonesia

e-mail: [mithaekagayatri@gmail.com](mailto:mithaekagayatri@gmail.com)<sup>1</sup>, [mirtakumara@gmail.com](mailto:mirtakumara@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[niluhgede18@gmail.com](mailto:niluhgede18@gmail.com)<sup>3</sup>

### Abstrak

Hipertensi tidak hanya berdampak secara fisik tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis pasien salah satunya adalah kecemasan. Upaya yang dapat dilakukan guna mengurangi kecemasan pada pasien hipertensi adalah dengan pemberian terapi secara non farmakologis yaitu *Tapas Acupressure Technique*. *Tapas Acupressure Technique* merupakan merupakan teknik sederhana yang dapat dilakukan dengan mudah, dan bebas biaya. Mekanisme kerjanya adalah dengan meningkatkan suasana hati dan menurunkan tingkat kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *Tapas Acupressure Technique* terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. Penelitian ini menggunakan rancangan pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pre-post test design*. Pengambilan sampel menggunakan *non-probability* dengan jenis *purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 19 subjek penelitian. Analisis data menggunakan Uji Non Parametrik dengan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Pengukuran tingkat kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan *Tapas Acupressure Technique* sebagian besar subjek penelitian mengalami kecemasan ringan 13 orang (68,4%) dan kecemasan sedang enam orang (31,6%). Setelah perlakuan, tidak ada kecemasan lima orang (26,3%), kecemasan ringan 12 orang (63,2%), dan kecemasan sedang dua orang (10,5%). *Tapas Acupressure Technique* berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan pasien hipertensi dengan  $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$ , *Tapas Acupressure Technique* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi.

**Kata kunci :** *Tapas Acupressure Technique*; kecemasan; hipertensi

### Abstract

*Hypertension not only has a physical impact but also affects the patient's psychological condition, one of them is anxiety. Efforts that can be do to reduce anxiety in hypertensive patients are by providing non-pharmacological therapy, namely Tapas Acupressure Technique. Tapas Acupressure Technique is a simple technique that can be done easily, and is free of charge. The aims of research to determine effect of Tapas Acupressure Technique to level anxiety hypertension patients. This research used method pre-experimental design with one group pre-post test. Sampling using non-probability with purposive sampling. The number*

**Penulis  
korespondensi:**  
I Nengah Sumirta

Politeknik  
Kesehatan  
Kemenkes  
Denpasar

Email:  
[mirtakumara  
@gmail.com](mailto:mirtakumara@gmail.com)

Putu Mitha Eka Gayatri, I Nengah Sumirta, Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi.  
Desember 2023. 16 2): 264-276

*samples was 19 subjects. Data analysis using Non Parametric Test with Wilcoxon Signed Rank Test. Measuring the level of anxiety using Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). The results showed before given Tapas Acupressure Technique most the subjek penelitiaants experienced mild anxiety 13 people (68.4%) and moderate anxiety 6 people (31.6%). After the treatment, there was no anxiety 5 people (26.3%), 12 people mild anxiety (63.2%), and 2 people moderate anxiety (10.5%). Tapas Acupressure Technique has a significant effect on the anxiety level of hypertension patients with  $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0.05$ , that Tapas Acupressure Technique can reduce anxiety levels in hypertension patients.*

**Key words:** *Tapas Acupressure Technique, anxiety, hypertension*

## PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi masih menjadi permasalahan utama di bidang kesehatan. Terjadinya transisi pola penyakit yang didominasi oleh penyakit menular kini telah berpindah ke Penyakit Tidak Menular (PTM). Salah satu penyakit yang menjadi prioritas utama secara global di dunia kesehatan adalah hipertensi. Hampir 57,6% masyarakat Indonesia menderita hipertensi. Hipertensi tidak hanya berdampak secara fisik tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis pasien salah satunya adalah kecemasan<sup>(1)</sup>. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dan termasuk penyakit kronis yang menjadi salah satu penyebab utama kematian *premature* di dunia. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan diastolik  $\geq 90$  mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang<sup>(2)</sup>.

Prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk di dunia. Wilayah Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi hipertensi sebesar 25%<sup>(2)</sup>. Berdasarkan pendataan yang dilakukan setiap lima tahun sekali, prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk  $> 18$  tahun mengalami peningkatan. Pada tahun 2007 sebesar 31,7%, mengalami peningkatan sebesar 34,11% pada tahun 2018. Provinsi Bali tahun 2018 memiliki prevalensi hipertensi sebesar 29,87%<sup>(3)</sup>. Kabupaten Badung sendiri tahun 2018 menduduki urutan ke-6 dengan prevalensi hipertensi sebesar 29,33%<sup>(3)</sup>. Penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan di Kabupaten Badung tahun 2018 sebanyak 62.534 orang (76,7%) dari estimasi jumlah penderita 81.570. Kasus hipertensi yang terdapat di UPT Puskesmas Kuta Utara tahun 2018 menduduki urutan ke-3 di Kabupaten

Putu Mitha Eka Gayatri, I Nengah Sumirta, Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi. Desember 2023. 16 2): 264-276

Badung yaitu sebesar 77,6%<sup>(4)</sup>. Berdasarkan hasil wawancara dan studi pendahuluan, angka kejadian hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Kuta Utara mengalami peningkatan pada tahun 2019 sebanyak 226 jiwa dan tahun 2020 sebanyak 641 jiwa.

Hipertensi memiliki hubungan yang erat dengan kecemasan. Kecemasan merupakan dampak psikologis yang sering terjadi disebabkan oleh hipertensi<sup>(5)</sup>. Hipertensi disebut “*the silent killers*”, membutuhkan pengobatan yang cenderung lama dan menyebabkan risiko komplikasi yang berdampak terjadinya kematian. Penelitian menemukan bahwa dari 807 pasien hipertensi, 215 pasien mengalami kecemasan yaitu sebesar 23,3% yang disebabkan manajemen pengobatan yang tidak teratur<sup>(6)</sup>. Penelitian lainnya menemukan bahwa dari 400 pasien hipertensi, 225 pasien mengalami gejala kecemasan yaitu sebesar 56% akibat emosi negatif yang dirasakan pasien<sup>(7)</sup>.

Upaya yang dapat dilakukan guna mengurangi kecemasan pada pasien hipertensi adalah dengan pemberian terapi secara non farmakologis yaitu *Tapas Acupressure Technique*<sup>(8)</sup>. Hasil penelitian menemukan bahwa *Tapas Acupressure Technique* (TAT) merupakan teknik sederhana yang dapat dilakukan dengan mudah, dan bebas biaya. TAT berpotensi meningkatkan suasana hati dan menurunkan tingkat kecemasan dengan diperoleh hasil penelitian nilai *p-value* pada kelompok intervensi sebesar  $0,03 < 0,05$  yang berarti bahwa intervensi TAT berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan pasien<sup>(9)</sup>.

Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh *Tapas Acupressure Technique* terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Kuta Utara tahun 2021.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre experimental dengan penelitian yang digunakan *one group pre-post test design*. Penelitian dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum diberikan terapi dan sesudah diberikan terapi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di UPT Puskesmas Kuta Utara yang berjumlah 641 orang dengan purposive sampling. Sampel

Putu Mitha Eka Gayatri, I Nengah Sumirta, Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi. Desember 2023. 16 2): 264-276

sebanyak 19 orang dengan kriteria inklusi adalah pasien hipertensi yang mengalami kecemasan. Data primer yang dikumpulkan meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lamanya menderita hipertensi, pekerjaan, dan status perkawinan serta hasil pengukuran tingkat kecemasan dengan instrument HARS yang dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Perlakuan yang diberikan adalah terapi *Tapas Acupressure Technique* sebanyak 4 kali dalam 2 minggu dengan waktu yang diperlukan setiap pertemuan selama 20-30 menit. Teknik analisa data menggunakan analisa univariat yang digunakan untuk mendapatkan frekuensi dan persentase karakteristik subjek penelitian meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lamanya menderita hipertensi, pekerjaan, dan status perkawinan serta hasil pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan. Analisa bivariat digunakan untuk menganalisis hubungan karakteristik dengan tingkat kecemasan sebelum diberikan *Tapas Acupressure Technique* menggunakan uji *Chi-Square*, dan pengaruh *Tapas Acupressure Technique* terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lamanya menderita hipertensi, pekerjaan, dan status perkawinan disajikan pada tabel 1, sedangkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan *Tapas Acupressure Technique*, tingkat kecemasan berdasarkan karakteristik usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan lamanya menderita hipertensi disajikan dalam tabel 2 s.d 7.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Subjek penelitian Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin dan Tingkat Pendidikan (n=19)

<b>Karakteristik</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Umur</b>		
Masa Dewasa Awal (26-35)	0	0
Masa Dewasa Akhir (36-45)	3	15,8
Masa Lansia Awal (46-55)	11	57,9
Masa Lansia Akhir (56-65)	5	26,3
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	6	31,6
Perempuan	13	68,4
<b>Tingkat Pendidikan</b>		
Pendidikan dasar	6	31,6
Pendidikan menengah	13	68,4
Perguruan tinggi	0	0
<b>Lamanya Menderita Hipertensi</b>		
≤ 6 bulan	3	15,8
>6 bulan	16	84,2
<b>Pekerjaan</b>		
Bekerja	12	63,2
Tidak bekerja	7	32,8
<b>Status Perkawinan</b>		
Menikah	19	100
Belum menikah	0	0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 19 subjek penelitian yang diteliti sebagian besar yaitu 11 orang (57,9%) berada pada kategori masa dewasa awal pada rentang usia 46-55 tahun. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa dari 19 subjek penelitian yang diteliti terbanyak jumlah subjek penelitian perempuan yaitu 13 orang (68,4%). Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan tingkat pendidikan menunjukkan bahwa dari 19 subjek penelitian yang diteliti terbanyak yaitu 13 orang (68,4%) pada tingkat pendidikan menengah. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan lamanya menderita hipertensi menunjukkan bahwa dari 19 subjek penelitian yang diteliti lama subjek penelitian menderita hipertensi terbanyak yaitu 16 orang (84,2%) pada rentang waktu > 6 bulan. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan pekerjaan dan status perkawinan menunjukkan bahwa dari 19 subjek penelitian yang diteliti sebagian besar subjek penelitian bekerja yaitu 12 orang (63,2%). distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan status perkawinan menunjukkan

bahwa dari 19 subjek penelitian yang diteliti seluruhnya berstatus menikah yaitu 19 orang (100%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Sebelum Perlakuan *Tapas Acupressure Technique*

<b>Karakteristik</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Tingkat Kecemasan</b>		
Tidak ada kecemasan	0	0
Kecemasan ringan	13	68,4
Kecemasan sedang	6	31,6
Kecemasan berat	0	0
Kecemasan berat sekali	0	0
Total	19	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 19 subjek penelitian yang diteliti menunjukkan sebelum diberikan *Tapas Acupressure Technique* terbanyak pada kategori kecemasan ringan yaitu 13 orang (68,4%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang berjudul Hubungan Tingkat Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 90 orang didapatkan sebanyak 34 orang (38%) mengalami kecemasan ringan, 42 orang (46,7%) kecemasan sedang, dan 14 orang (15%) kecemasan berat<sup>(11)</sup>. Hasil penelitian lainnya yang berjudul Gambaran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Karakteristik Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019 dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 43 orang menunjukkan bahwa 39 subjek penelitian (90,7%) yang menderita hipertensi mengalami kecemasan<sup>(12)</sup>.

Pasien hipertensi mengalami kecemasan menjalani pengobatan yang cenderung lama dan risiko komplikasi yang dapat menyebabkan kualitas hidup penderita menjadi rendah dan kemungkinan terburuk adalah terjadinya kematian, sesuai dengan penelitian<sup>(2)</sup>. Selain itu komplikasi hipertensi dapat memengaruhi emosi serta menimbulkan kecemasan yang dapat meningkatkan tekanan darah dalam tubuh <sup>(12)</sup>.

Penyebab munculnya kecemasan pada pasien hipertensi disebabkan karena subjek penelitian menderita hipertensi rata-rata lebih dari enam bulan serta sebagian besar subjek penelitian telah mengalami komplikasi hipertensi yaitu stroke. Apabila masalah psikologis kecemasan yang dimiliki subjek penelitian tidak ditangani dapat

menyebabkan munculnya afek negatif dan berkurangnya kepatuhan dalam pengobatan <sup>(2)</sup>.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Setelah Perlakuan *Tapas Acupressure Technique*

<b>Tingkat Kecemasan</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Tidak ada kecemasan	5	26,3
Kecemasan ringan	12	53,2
Kecemasan sedang	2	10,5
Kecemasan berat	0	0
Kecemasan berat sekali	0	0
Total	19	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 19 subjek penelitian yang diteliti menunjukkan setelah diberikan *Tapas Acupressure Technique* terbanyak pada kategori kecemasan ringan yaitu 12 orang (53,2%). Penelitian yang sejalan menemukan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi setelah diberikan *Tapas Acupressure Technique* berada pada kategori kecemasan ringan yaitu 11 orang (69%) dan kecemasan sedang 5 orang (31%)<sup>(9)</sup>. Pemberian TAT melalui 7 langkah TAT mulai dari menekan titik akupuntur di kepala dengan disertai mengarahkan perhatian melalui berdoa, bersyukur, memaafkan, melepaskan perasaan negatif, dan pengalaman yang kurang menyenangkan dapat memberikan ketenangan dan mengurangi kecemasan<sup>(10)</sup>. Penderita hipertensi membutuhkan terapi yang komprehensif melalui terapi non farmakologis yang dapat membantu dalam modifikasi *lifestyle*, pengelolaan stres dan kecemasan sebagai langkah awal penatalaksanaan dalam algoritma pasien hipertensi<sup>(13)</sup>. Peneliti berpendapat bahwa pemberian perawatan pada pasien hipertensi dengan kecemasan tidak cukup apabila hanya dilakukan secara farmakologis namun akan lebih efektif jika dapat dikombinasikan dengan pemberian terapi non farmakologis salah satunya dengan *Tapas Acupressure Technique*. *Tapas Acupressure Technique* dapat membantu subjek penelitian untuk menciptakan rasa tenang dan rileks.

Tabel 4. Hasil Analisa Tingkat Kecemasan Berdasarkan Usia

Usia	Tingkat Kecemasan				Jumlah
	Ringan		Sedang		
	n	%	n	%	
Masa Dewasa Akhir (36-45)	3	15,8	0	0	15,8
Masa Lansia Awal (46-55)	7	36,8	4	21,1	57,9
Masa Lansia Akhir (56-65)	3	15,8	2	10,5	26,3
Total	13	68,4	6	31,6	100
<i>p-value</i>	0,435				

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai *p-value* 0,435 > 0,05 artinya tidak terdapat hubungan usia dengan tingkat kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan usia dengan kecemasan pada pasien hipertensi, hal ini sesuai dengan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Usia dengan Tingkat Kecemasan Pasien Hipertensi di Klinik Islamic Center Samarinda” dengan sampel sebanyak 53 orang menunjukkan sebagian besar subjek penelitian yang berusia 36-45 tahun mengalami kecemasan sebanyak 11 orang (20,8%) sedangkan pada subjek penelitian yang berusia > 45 tahun mengalami kecemasan sebanyak 22 orang (41,1%) dengan nilai *p-value* 0,031 < 0,05 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi<sup>(14)</sup>. Penelitian lainnya berjudul Gambaran Emosi dan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu dengan 58 subjek penelitian berusia 40-84 menunjukkan kelompok usia 60-64 terbanyak yang mengalami kecemasan sebanyak 15 orang (19,3%)<sup>(15)</sup>. Hipertensi berpengaruh pada salah satu faktor yaitu usia karena dengan bertambahnya usia maka semakin tinggi seseorang mendapat risiko hipertensi. Hal tersebut menyebabkan masalah psikologis kecemasan rentan terjadi pada penderita hipertensi yang berusia lanjut<sup>(14)</sup>.

Berdasarkan hasil penelitian ini tidak sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya, bahwa semakin tinggi usia subjek penelitian dapat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan. Pada penelitian ini sebagian besar subjek penelitian berusia 46-55 tahun.

Tabel 5. Hasil Analisa Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Tingkat Kecemasan				Jumlah
	Ringan		Sedang		
	n	%	n	%	
Laki-laki	5	26,3	1	5,3	31,6
Perempuan	8	42,1	5	26,3	68,4
Total	13	68,4	6	31,6	100
<i>p-value</i>	0,342				

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value*  $0,342 > 0,05$  yang menunjukkan tidak terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan jenis kelamin. Hasil penelitian dengan judul penelitian “Gambaran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Karakteristik Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019” menemukan sebagian besar subjek penelitian perempuan yang mengalami kecemasan dibandingkan dengan laki-laki dengan total jumlah subjek penelitian sebanyak 43 orang. Subjek penelitian berjenis kelamin laki-laki mengalami kecemasan sebanyak 19 orang (44,2%) sedangkan perempuan sebanyak 24 orang (55,6%)<sup>(16)</sup>. Penelitian lain berjudul Gambaran Emosi dan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu dengan 58 subjek penelitian menemukan kecemasan yang dialami subjek penelitian laki-laki sebanyak lima orang (32,1%) dan perempuan sebanyak 43 orang (55,1%)<sup>(15)</sup>.

Perempuan lebih mudah mengalami kecemasan dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan lebih peka dengan emosinya, yang pada akhirnya peka juga terhadap perasaan cemasnya sehingga perempuan lebih berisiko mengalami kecemasan<sup>(17,21)</sup>. Struktur kandungan kimia di otak, sistem otak perempuan cenderung lebih intuitif dan berpikir analitis sedangkan laki-laki lebih optimal pada kemampuan motorik. Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian sebelumnya.

Tabel 6. Hasil Analisa Tingkat Kecemasan Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Tingkat Kecemasan				Jumlah
	Ringan		Sedang		
	n	%	n	%	
Pendidikan dasar	3	15,8	3	15,8	31,6
Pendidikan menengah	10	52,6	3	15,8	68,4
Total	13	68,4	6	31,6	100
<i>p-value</i>	0,241				

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan nilai *p-value* 0,241 > 0,05 artinya tidak terdapat hubungan tingkat pendidikan dengan tingkat kecemasan. Penelitian lain yang berjudul Gambaran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Karakteristik Pada Lansia yang Menderita Hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019 dengan jumlah 43 subjek penelitian menunjukkan hasil tingkat kecemasan yang paling banyak ditemukan pada tingkat pendidikan dasar sebanyak 16 orang (37,2%)<sup>(16)</sup>.

Pendidikan merupakan sebuah proses pengubahan sikap dan tata laku seseorang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Tingkat pendidikan yang rendah akan menyebabkan seseorang mudah mengalami kecemasan karena ketidaktahuan tentang kecemasan dan cara mengatasinya. Sebaliknya jika pendidikan seseorang semakin tinggi, maka akan mempengaruhi kemampuan berpikirnya sehingga mampu mengatasi masalah yang dihadapinya<sup>(16)</sup>.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya, karena Pada penelitian ini sebagian besar tingkat pendidikan subjek penelitian pada tingkat pendidikan menengah (SMP dan SMA). Peneliti berpendapat semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dihadapinya. Hal tersebut karena seseorang yang berpendidikan tinggi akan lebih banyak mendapatkan informasi dan pengetahuan sehingga akan lebih baik dalam berpikir dan mengatasi masalah.

Tabel 7. Hasil Analisa Tingkat Kecemasan Berdasarkan Lamanya Menderita Hipertensi

Lamanya Menderita Hipertensi	Tingkat Kecemasan				Jumlah
	Ringan		Sedang		
	n	%	n	%	
≤ 6 bulan	2	10,5	1	5,3	15,8
>6 bulan	11	57,9	5	26,3	84,2
Total	13	68,4	6	31,6	100
<i>p-value</i>	0,034				

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa nilai *p-value* 0,034 > 0,05 artinya terdapat hubungan lama menderita dengan tingkat kecemasan. Menurut hasil penelitian tentang “Korelasi Lama Menderita Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi” dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 58 orang menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian menderita hipertensi >

Putu Mitha Eka Gayatri, I Nengah Sumirta, Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi. Desember 2023. 16 2): 264-276

11 tahun yang mengalami kecemasan ringan 10 orang (17,2%) dan kecemasan sedang 12 orang (20,7%) dengan nilai *p-value*  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan lama menderita hipertensi dengan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi<sup>(19)</sup>.

Penelitian lain tentang Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Desa Praon Nusukan Surakarta dengan jumlah 38 subjek penelitian juga menemukan pasien yang menderita hipertensi kurang dari 7 tahun sebanyak 2 orang (9,1%) mengalami kecemasan sedangkan lebih dari 7 tahun sebanyak 14 orang (42,1%) mengalami kecemasan dengan nilai *p-value*  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan lama menderita hipertensi dengan tingkat kecemasan yang signifikan<sup>(20)</sup>.

Seseorang yang lama menderita hipertensi akan menjadi cemas disebabkan penyakit hipertensi yang cenderung memerlukan pengobatan yang relatif lama, terdapat risiko komplikasi, dan dapat memperpendek usia<sup>(21)</sup>. Tekanan darah tinggi jika tidak ditangani atau diobati dalam jangka panjang akan merusak pembuluh darah diseluruh tubuh dan risiko komplikasi yang serius<sup>(22)</sup>.

Berdasarkan hasil nilai statistik Uji *Wilcoxon Sign Rank Test* untuk melihat pengaruh pemberian TAP terhadap tingkat kecemasan didapatkan nilai *p-value* pada kolom. *Sig (2 tailed)*  $0,000 < 0,05$  yang berarti ada pengaruh dalam pemberian *Tapas Acupressure Technique* terhadap tingkat kecemasan pada subjek penelitian. Ada penurunan tingkat kecemasan setelah pemberian *Tapas Acupressure Technique* dengan hasil menunjukkan sebanyak lima orang tidak mengalami kecemasan (26,3%), 12 orang mengalami kecemasan ringan (63,2%), dan dua orang mengalami kecemasan sedang (10,5%).

Hasil penelitian ini sejalan menemukan bahwa tingkat kecemasan pada kelompok intervensi setelah diberikan *Tapas Acupressure Technique*, mengalami penurunan yakni berada pada kategori kecemasan ringan yaitu 11 orang (69%) dan kecemasan sedang lima orang (31%) dengan didapatkan *p-value*  $0,03 < 0,05$  yang artinya intervensi TAT berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan<sup>(9)</sup>. Hasil penelitian lain juga menemukan bahwa setelah diberikan *Tapas Acupressure Technique*, tingkat kecemasan mengalami penurunan yakni sebanyak 21 orang

Putu Mitha Eka Gayatri, I Nengah Sumirta, Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi. Desember 2023. 16 2): 264-276

(55,3%) tidak ada kecemasan dan 17 orang (44,7%) mengalami kecemasan sedang dengan nilai  $p$ -value  $0,000 < 0,005$ , ada pengaruh yang signifikan *Tapas Acupressure Technique* terhadap tingkat kecemasan<sup>(10)</sup>.

## SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa *Tapas Acupressure Technique* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Kepala UPT Puskesmas Kuta Utara serta staff yang telah memfasilitasi dan membantu dalam melakukan penelitian.

## ETIKA PENELITIAN

Persetujuan etika penelitian ini diperoleh dari komisi etik penelitian Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar dengan nomor surat LB.02.03/EA/KEPK/0306/2021.

## DAFTAR RUJUKAN

1. Pertiwi, G. H. (2017) 'Hubungan Tekanan Darah Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Santa Angela Di Samarinda', *Media Sains*, 10(1), pp. 21–27.
2. Kemenkes RI (2019) 'Hipertensi Si Pembunuh Senyap', in Widiarti, W. (ed.) *Kementrian Kesehatan RI*. Jakarta Selatan: Kemenkes RI, pp. 1–5.
3. Riskesdas, K. (2018) 'Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)', *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), pp. 1–200.
4. Dinkes Kabupaten Badung (2018) *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Badung Tahun 2018*. Badung. Available at: <http://library1.nida.ac.th/termpaper6/sd/2554/19755.pdf> (diakses : 07 Maret 2021).
5. Suciana, F., Wulan, N. dan Zakiatul, M. (2020) 'Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi', *CENDEKIA UTAMA Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 9(2), pp. 146–155.
6. Liao., Wang, Xilin., Liu, Cui., Gu, Zhaoxia., Sun, Lijun., Zhang, Yanbo., Huang, Yueqin., Liu, Zhaorui. (2014) 'Prevalence and related risk factors of hypertensive patients with comorbid anxiety and/or depression in community: a cross-sectional study'. Available at: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24721311/> (diakses : 05 Maret 2021).

Putu Mitha Eka Gayatri, I Nengah Sumirta, Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi.  
Desember 2023. 16 2): 264-276

7. Kretchy, I. A., Owusu-Daaku, F. T. and Danquah, S. A. (2014) 'Mental health in hypertension: Assessing symptoms of anxiety, depression and stress on anti-hypertensive medication adherence', *International Journal of Mental Health Systems*, 8(1), pp. 4–9.
8. Fleming, T. (2007) *TAT Professional's Manual*. Redondo Beach.
9. Sulistyarningsih and Rodi, L. (2012) Tapas Acupressure Technique (TAT) Intervensi untuk Menurunkan Kecemasan pada Pasien Preoperasi, *Media Ilmu Kesehatan*, 1(3), pp. 145–149.
10. Hayati, I., Feriansyah, C. dan Muliani, R. (2020) 'Tapas Acupressure Technique (Tat) 20 Menit Perhari Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Korban Pasca Bencana Banjir', *Jurnal Riset Keperawatan*, 12(2), pp. 269–276.
11. Sumiatin, T., Yunariyah, B. and Christiawan, M. R. (2013) 'Hubungan tingkat hipertensi dengan tingkat kecemasan', VI(1), pp. 19–22.
12. Prasetyorini, H. T. dan Prawesti, D. (2012) 'Stres Pada Penyakit Terhadap Kejadian Komplikasi Hipertensi Pada Pasien Hipertensi', *Jurnal Stikes*, 5(1), pp. 1–10.
13. Afiani, N. and Wahyuningrum, A. D. (2014) 'Peran Hipnosis Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Primer', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 2(2).
14. Syarif Hidayatullah (2018) *Hubungan Antara Usia Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Hipertensi di Klinik Islamic Center Samarinda, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
15. Kati, R. K., Opod, H. dan Pali, C. (2018) 'Gambaran Emosi dan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu', *Jurnal e-Biomedik*, 6(1).
16. Napitupulu, I. I. (2019) 'Gambaran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Karakteristik Pada Lansia yang Menderita Hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019', pp. 1–14.
17. Nurhalimah (2015) *Modul Bahan Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Kemenkes RI
18. Ariyanto, Q. L. (2018) 'Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi', pp. 1–14.
19. Suciana, F., Wulan, N. dan Zakiatul, M. (2020) 'Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi', *CENDEKIA UTAMA Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 9(2), pp. 146–155.
20. Laksita, I. D. (2016) *Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Praon Nusukan Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
21. Hawari, D. (2011) *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Edisi ke-2. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI).
22. Wijaya, A. S. and Putri, Y. M. (2013) *Keperawatan Medikal Bedah I*. Yogyakarta : Nuha Medika. Available at: [http://ucs.sulselib.net//index.php?p=shw\\_detail&id=61103](http://ucs.sulselib.net//index.php?p=shw_detail&id=61103) (diakses : 30 April 2021).